


Утверждаю
Директор



Т.П. Пупенкова

Меню — 18 сентября

Наименование блюда	7-11 лет		12 лет и старше	
	Выход блюда	ЭЦ (ккал)	Выход блюда	ЭЦ (ккал)
завтрак				
Каша вязкая мол. из риса и пшена с маслом	210	260	210	260
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	60 (30/10/20)	208	80 (40/10/30)	278
Кофейный напиток с молоком сгущ.	200	113	200	113
Батон	20	52	30	78
Фрукт свежий	1 шт.	38	1 шт.	38
2-й завтрак				
Сок фруктовый	200	31	200	31
Батон	20	52	30	78
обед				
Салат из свеклы	70	65	100	75
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	90	300/5	108
Жаркое по-домашнему	230	388	275	463
Компот из сухофруктов	200	133	200	133
Хлеб ржаной	40	131	60	196
ПОЛДНИК				
Булочка домашняя	100	282	100	282
Кисель	200	89	200	89
ужин				
Огурцы консервир.	30	6	50	6
Шницель мясной	100	122	100	122
Макароны отварные с маслом	150/10	219	180/10	249
Чай с сахаром	200/10	60	200/10	60
Хлеб ржаной/батон	40/20	131	60/30	196
2-й ужин				
Кисломолочный напиток	150	75	180	90
Батон	50	130	50	130

М/с диет. 

Шеф-повар 